

## La pratique de la "petite idée"

Alexis Filipucci, docteur en philosophie, PhiloCité

Posons d'emblée le paradoxe classique de toute réflexion sur l'exercice : **il semblerait qu'il soit impossible de parvenir à l'autonomie autrement que par la répétition et le conditionnement.** Afin de confirmer le caractère paradoxal de cette proposition, il faut la distinguer de la pure et simple erreur. Pour cela, il convient de montrer : 1) qu'elle décrit bien une réalité, et 2) que cette description correcte du réel contient néanmoins une contradiction logique. Il ne saurait être question d'effectuer une telle démonstration ici. Nous nous contenterons d'avancer quelques éléments de réflexion qu'un bref regard porté sur le bouddhisme et sur les arts martiaux nous permet d'identifier. Nous verrons que, pour superficiel qu'il soit, ce détour par deux traditions qui se sont confrontées explicitement au paradoxe de l'exercice invite à questionner en profondeur la pratique de la philosophie.

### I) Une tension fondatrice

Partons de l'expression bouddhique d'une distinction bien connue : il ne faut pas confondre le "système transmis" (skt. agama, tib. lung) et le "système actualisé" (skt. adhigama, tib. rtogs pa). Le premier désigne en quelque sorte l'intégralité de la tradition (doctrines, ensemble de préceptes, règles, etc.) alors que le second constitue l'objectif véritable du premier, son accomplissement : le système-fait-homme, le système compris "de l'intérieur". Ce qui permet le passage de la carapace extérieure à la réalisation intime, ce sont précisément les **exercices** disposés et organisés en un programme d'entraînement.

Cette distinction se manifeste la plupart du temps sous la forme de **tensions** traversant et structurant diverses dimensions :

- **institutionnelle**: nous connaissons l'opposition entre la structure chargée de la transmission (le cursus monastique, par exemple) et le fait que c'est seulement en-dehors de cette structure (dans l'ermitage) que l'accomplissement peut advenir. Nul doute qu'une réflexion approfondie de ce point à la lumière des stratégies développées par le bouddhisme pour que cette tension ne se transforme pas en opposition stérile serait des plus intéressantes pour quiconque s'intéresse à l'institution scolaire.
- **théorique**: il faut expliquer comment un ensemble de conditionnements et d'inhibitions peuvent permettre d'aboutir à l'état inconditionné du nirvaṇa. Il s'agit de l'équivalent bouddhique de l'opposition entre la liberté et le déterminisme dans la tradition occidentale. C'est là le noeud de la lutte fameuse et quasi-mythique entre les doctrines **gradualistes** et les doctrines **subitistes** dans le bouddhisme.
- **thérapeutique et pédagogique** : mentionnons simplement la liste des métiers impossibles selon Freud : analystes, parents, professeurs. Tous sont confrontés à la contradiction logique et pratique consistant à vouloir forcer l'autonomie ou la liberté de l'autre.

- **théologique** : pensons à la structure temporelle complexe du katechon, ce moment où ce qui est mis en place (notamment l'institution ecclésiale) empêche à la fois la victoire du Mal, mais également l'advenue du Royaume de Dieu sur Terre.

## II) L'instrument pédagogique des "formes codifiées"

Les arts martiaux connaissent leur version de cette tension : "Comment serait-il possible de se préparer, au moyen de formes codifiées, à combattre de façon fluide et flexible ? Comment serait-il possible de parvenir à combattre de façon spontanée, si tout l'apprentissage est basé sur la concentration et sur l'effort ?". Nous retrouvons notre paradoxe initial : si l'entraînement est une ruse visant à utiliser l'inertie et ses lois - créations d'habitudes, de routines, de réflexes - pour les retourner contre elle en engendrant une adaptation accrue à un environnement mouvant, en quoi consiste cette ruse ? Il est important d'apporter une réponse à cette question, puisque c'est à cette condition que l'entraînement peut éviter de sombrer dans les écueils du formalisme et de l'automatisme rigide (qui, en contexte martial, peuvent être dommageables...).

Une des réponses fournies par les Maîtres de l'art martial du Wing Chun, porte le nom de "**Petite Idée**" (ch. Siu Nim Tao)<sup>4</sup>. Ces spécialistes de l'apprentissage pratique désignent là la première **forme codifiée** apprise par un débutant dans le Wing Chun. Les formes codifiées ne sont ni des chorégraphies ni des répétitions aveugles de gestes. Elles agissent à de multiples niveaux : apprentissage de techniques nouvelles ; coordination musculaire ; optimisation de la vitesse d'exécution et de la puissance déployée ; coordination des nouvelles habitudes entre elles. En effet, développer de nouvelles habitudes ne suffit pas, encore faut-il que ces habitudes soient intégrées à un niveau supérieur pour qu'elles puissent se transformer les unes dans les autres de manière fluide afin de répondre aux sollicitations de l'environnement. La cohérence de cette multiplicité fonctionnelle des formes codifiées est garantie par un principe général intégrateur - la "ligne centrale" dans le cas du Wing Chun - qui peut s'appliquer à chaque niveau d'exécution, c'est-à-dire à chaque technique particulière, à chaque enchaînement, mais aussi à chaque transformation de technique en une autre. En tant que première forme codifiée, la "Petite Idée" transmet donc au débutant à la fois les techniques **et** le principe permettant d'avancer dans l'apprentissage en corrigeant son exécution. Ainsi, lorsqu'il pratique la "Petite Idée", le débutant :

- a une représentation globale de ce qui est à atteindre (et donc de ce qui est à transformer) ;
- apprend de nouvelles postures (en inhibant tel mouvement, en favorisant tel autre) ;
- intègre un principe de correction des techniques pour qu'elles deviennent des habitudes ne requérant plus aucun effort ;
- est en possession d'un principe de transformation d'une technique en une autre pour que les nouvelles habitudes soient intégrées et flexibles.

Fournissant d'emblée un principe d'autocorrection pour que l'apprentissage demeure ouvert mais structuré, le Wing Chun sollicite et nécessite une compréhension active des principes de la discipline et des raisons de l'apprentissage. Plus on avance, plus on approfondit cette compréhension. En

d'autres termes : plus on pratique, moins l'Idée demeure "petite". En ce sens, la "Petite Idée" est comme un agencement nucléaire dont il faudra développer les effets. Tout est donné d'un coup, mais il faudra du temps pour déployer en soi-même ce Tout. Ceci n'est guère éloigné de la conception chinoise de la lecture de la poésie telle que Jean-François Billeter la présente : "Il faut 'goûter toute la saveur' du poème, comme dit Su Dongpo, 'le savourer', tel est le terme habituel à l'époque : se le réciter à mi-voix, méditativement, pour en éprouver peu à peu tous les effets. Nous concevons la lecture (ou la récitation) comme un exercice obéissant à un temps linéaire. Tout nous y porte : notre écriture, la syntaxe de nos langues, la notion même de **discours**, mais aussi les gestes et les formes prosodiques que notre tradition a privilégiés. La 'savouration' chinoise est plutôt soumise à un temps circulaire : elle demande que l'on **s'arrête** au poème, qu'on y revienne et s'y arrête à nouveau pour en approfondir peu à peu la compréhension pour l'enrichir d'une part toujours plus grande de l'expérience enfouie dans notre mémoire. Le poème est une sorte **d'agencement nucléaire** destiné à être développé par une savouration récurrente. La puissance de ce **noyau** se mesure aux effets qu'il déploie à la longue. Dans l'esprit d'un amateur qui a pris le temps de le goûter profondément, ces effets peuvent finir par prendre l'ampleur d'une symphonie". Si la valeur de l'art martial dépend de la qualité des effets déployés, alors on comprend mieux la concurrence, maintes fois mise en scène, entre les différentes écoles d'arts martiaux. Il ne s'agit pas simplement de montrer "qui est le meilleur", il s'agit de statuer sur les principes les plus vrais, les plus conformes à la réalité.

### III) Le nécessaire retour de la Sagesse

Ce très bref développement ne peut que questionner le praticien de la philosophie. En effet, dans cet art martial, la **totalité** est fournie d'emblée sous une forme de noyau à développer. En même temps que l'agencement nucléaire, est fourni le principe de ce développement. Le pratiquant est par conséquent en possession de la norme permettant l'autocorrection dans le processus d'adaptation à soi de la totalité et de la totalité à soi. Or cela ne doit pas seulement nous inspirer, cela doit nous interpeller. Lorsque nous enseignons ou formons des personnes, nous actualisons une série de compétences (logique, linguistique, historique, etc.) afin que ces dernières soient librement reprises par chacun. Le partage de l'effort philosophique est l'objectif du praticien. Mais nous ne pouvons que proposer cette libre reprise et non l'imposer (au grand désespoir de certains). Ainsi, en même temps que nous travaillons **explicitement** des compétences spécifiques - car c'est comme cela qu'une disposition, qu'une habitude peut se former -, nous tâchons simultanément d'incarner l'attitude générale permettant d'intégrer ces habitudes de manière harmonieuse. Il y a tout à la fois travail ou un enseignement **direct** et la transmission **indirecte** d'une attitude. Or ce qui donne son énergie et sa cohérence à cette attitude est le **désir** qui l'anime. Chacun devrait donc commencer par être clair sur son désir implicite (et parfois inconscient) afin de voir en quoi il est un frein ou un obstacle à ce qu'on prétend faire, à l'attitude fondamentale qu'on essaie de transmettre indirectement et aux exercices que l'on pratique directement. Cette lucidité est une forme indispensable de probité qui permet de ne pas succomber à des désirs inavouables, de mesurer la pertinence des techniques et compétences et ainsi de les rectifier ou approfondir.

Mais si l'on ne veut pas laisser prise au relativisme, il faut aller plus loin que cet éclaircissement et proposer un équivalent de la "Petite Idée" (qui, rappelons-le, visait non à la reproduction rigide de l'identique, mais à l'adaptation réciproque de l'esprit de la discipline, de l'individu et de la situation). Pour cela, nous devons accepter de renouer avec le Désir de Sagesse. À renoncer à son désir fondateur, la philosophie s'est portée au devant d'une série de difficultés :

- impossibilité de se représenter pourquoi et en vue de quoi on fait ou on devrait faire les efforts et les exercices préconisés ;
- impuissance face à la foi agissante des religions ;
- impuissance face au relativisme ;
- place laissée à des désirs invouables prenant les atours de la philosophie (désir de briller en société, d'originalité, d'abaisser autrui, de manipuler, etc. la liste des psychopathologies des philosophes est longue) ;
- opposition stérile entre les pratiques de la philosophie et son histoire (opposition transformant les premières en formalisme et la seconde en érudition) ;
- impossibilité d'évaluer l'enseignement et la pratique à l'aide de critères explicites et d'objectifs annoncés.

Mais renouer avec le désir de Sagesse implique de poser cette dernière comme possible et réalisable (sans quoi, nous serions des fous courant après ce qu'ils savent être une illusion). En d'autres termes, nous devons considérer que la philosophie est potentiellement terminée et qu'elle n'existe en acte qu'en tant que recherche et développement de cette Sagesse potentielle (dont l'actualisation équivaut à la fin de la philosophie). Peut-être d'ailleurs est-ce cela qu'indiquent les liens renoués, après la parenthèse universitaire, entre philosophie et pédagogie ou entre philosophie et médecine. Évidemment, une telle perspective implique que le début de la philosophie (le début de sa fin) coïncide avec l'abandon de la quête vaine de l'originalité et de la nouveauté à tout prix. C'est là le prix psychologique à payer. Il a comme contrepartie un accroissement des énergies qui peuvent désormais non seulement être dirigées vers la créativité pédagogique, mais aussi, et peut-être surtout, être investies dans les luttes visant à améliorer les conditions de pratique et de libre reprise de l'effort philosophique.

Mais arrêtons là ces méditations sur la fin de la philosophie. Retenons simplement l'exemple fourni par la riche pédagogie des arts martiaux qui ne s'est pas laissé impressionner par le paradoxe classique dont nous sommes partis. Il nous laisse en effet entrevoir ce que quiconque poursuivant avec assiduité une pratique sait : ce paradoxe est bien réel, mais il n'est une opposition stérile que pour le regard théorique qui, évoluant en un espace abstrait, ignorant du temps de la pratique, confond le travail et le fruit du travail.